



پرونده ای درباره اهمیت و آداب بحث کردن، به مناسبت داغ بودن گفت و گوهای انتخاباتی در جمع‌های خانوادگی و دوستانه

بحث کنیم اما از راه درستش

این روزها موضوع انتخابات، به داغ‌ترین بحث جامعه تبدیل شده، هر جایی که باشید از جمع‌های دوستانه و خانوادگی، تا محل کار و دانشگاه، حتی اتوبوس و تاکسی، درباره انتخابات، مناظره نامزدها و این که کدام یک بهتر است صحبت می‌شود. در این بین بعضی‌ها ترجیح می‌دهند اصلا وارد بحث سیاسی و انتخاباتی نشوند، حتماً این جمله را شنیده اید که: «بی خیال بابا، دو دقیقه دورهم جمع شدیم، از انتخابات نگین که باعث دلخوری هیچ کس نشه!»! نقطه مقابل این تفکر، رفتار کسانی است که تحت هر شرایطی، هر زمانی و با هر کسی بحث انتخاباتی می‌کنند و در پایان بدون نتیجه گیری و در حالی که هر دو طرف ماجرا، سر موضع قبلی شان هستند بعد از آن که صدای شان بالا رفت و مقدار کی از هم دلخور شدند بحث را بدون نتیجه سازنده ای تمام می‌کنند و دلخوری شان هم تا مدتی سایه تیره ای

روی روابط خانوادگی، دوستانه یا همکاری شان می‌اندازد. اما اگر آداب بحث کردن را بدانیم، در هر بخشی چه سیاسی و انتخاباتی باشد، چه فرهنگی و ورزشی، چه سر انتخاب نامزد ریاست جمهوری باشد، چه درباره مسائل اجتماعی و اقتصادی، می‌توانیم در زمان و مکان مناسب، بحث‌های مفیدی با دیگران داشته باشیم که نه تنها دلخوری در پی ندارد، بلکه سازنده هم هست و باعث شفاف شدن مسائل و رشد ذهنی دو طرف می‌شود. پس اگر شما هم در بحث بی اطلاعی از آداب بحث، گفت و گوی تان با دیگران بی نتیجه تمام می‌شود یا به خاطر نگرانی از عواقب این طور بحث‌ها، بی خیال می‌شوید و حاضر به بیان نکات تان نیستید پرونده امروز را درباره آداب بحث کردن با افراد مختلف، در زمان‌های متفاوت و مکان‌های متنوع بخوانید.

چرا باید بحث کنیم؟

بحث کردن در فرهنگ ما معمولاً مسئله ای منفی در نظر گرفته می‌شود. این زمانی است که بحث با "جر" همراه می‌شود و جملاتی با این مضمون که «جر و بحث نکن یا نمی‌خواد بحث کنی و ...» در جمع فامیل، دوستان و در ارتباطات روزمره زیاد شنیده می‌شود. «جر و بحث» بیشتر برای مشاجره و مجادله به کار می‌رود و البته این زمانی اتفاق می‌افتد که ما مهارت بحث کردن نداریم و سعی می‌کنیم با زور و خشم حرف خودمان را به هر کرسی بزنیم! اما واقعیت این است که بحث چیز بدی نیست! منظور از بحث، یک صحبت بین چندین شرکت کننده بر سر یک موضوع است که طی آن شرکت کنندگان هریک نقطه نظرهای مختلفی درباره آن موضوع دارند و مطرح می‌کنند». بحث به معنی «گفت‌وگو کردن درباره امر یا مطلبی برای رسیدن به نتیجه‌ای خاص» هم هست. پس در یک بحث چند عامل مهم حضور دارد؛ موضوع یا مسئله، شرکت کنندگان، گفت و گو، هدف و در انتها رسیدن به یک نتیجه خاص.

بحث کردن یک فرصت است تا در آن به زوایای یک مسئله بیشتر پی ببریم، به همین دلیل، می‌تواند خیلی مفید باشد. گاهی اطلاعاتی که افراد شرکت کننده در بحث دارند با ما متفاوت است و از طریق گفت و گو و بحث است که نگاهی تازه تر به مسائل پیدای می‌کنیم. کسی که خود را از هر گونه بحثی دور می‌کند طبیعتاً از بسیاری تجربه‌ها خود را محروم می‌سازد. خوب گوش کردن هم مهارتی است که در فرست بحث می‌توانیم آن را تمرین کنیم. افرادی که خوب گوش می‌دهند در ارتباطات فردی و خانوادگی مشکل کمتری دارند و با احترام متقابل حرفشان را دیگران بهتر قبول می‌کنند. در نهایت اینکه، اگر کاربرد درست بحث را بدانیم و طبق شرایطش عمل کنیم به نتایج خیلی خوبی می‌رسیم و با همین شیوه از بسیاری دعوها و سوء تفاهمات هم جلوگیری کرده‌ایم.

منابع:

۱- رفیع پور، فرامرز (۱۳۹۴). تکنیک‌های خاص تحقیق (جلد دوم کتاب کند و کاوه و پنداشته‌ها) فرهنگ فارسی عمید.

اگر می‌خواهید بحث کنید بدانید که...

دکتر فرامرز رفیع پور استاد جامعه شناسی در کتاب «تکنیک‌های خاص تحقیق در علوم اجتماعی» به مقوله بحث اشاره می‌کند. در ادامه به شرایط بحث از دید ایشان می‌پردازیم؛ همچنین مثال‌هایی به این نکات اضافه می‌کنیم تا ملموس تر باشد. ابتدا باید بگوییم بحث با جدل که یک نفر حق باشد و دیگری ناحق و یا مسابقه که در آن افراد برنده و بازنده شوند و یا مناظره فرق می‌کند. در بحث شرایطی وجود دارد که به مهم‌ترین آن‌ها اشاره می‌کنیم:

۱- **بحث جای رقابت و تضاد نیست** - در بحث باید شرکت کنندگان به رد و بدل کردن نظرات و اطلاعات متمایل باشند و در مقابل یکدیگر احساس رقابت و تضاد نکنند. ما بحث می‌کنیم تا به نتیجه ای برسیم و یا حداقل مسائلی برپایان روشن شود نه اینکه دیگران را متهم کنیم و خودمان را به اثبات برسانیم.

۲- **بحث هدف مشترک دارد** - یک بحث باید هدف مشترک داشته باشد و شرکت کنندگان باید به صورت منظم صحبت‌های خود را متوجه آن کنند. مثلاً اگر در زمینه مسائل زیست محیطی بحث می‌کنیم هنگامی که به فناوری اشاره شد ربطش را با محیط زیست بیان کنیم.

۳- **آشنایی با مسئله بحث** - شرکت کنندگان باید با زمینه و مسئله مورد بحث آشنا باشند. یعنی علاوه بر اطلاعات کافی، تمرکز، حضور ذهن، آمادگی و سرعت انتقال و همچنین طرز بیان مناسب داشته باشند. مثلاً اگر در مسائل اقتصادی بحث می‌کنیم حداقل میزان تورم را



احساس ناکامی از هم جدا شوند.

۶- اگر دامنه مسئله و نکات تعیین شده وسیع باشد، مدیر بحث نباید خود و جمع را بیش از حد تحت فشار قرار دهد که به همه نکات برسد. بهتر است که مدیر بحث درباره تعداد کمتری از اهداف صنفی، کیفیت غذاهای سلف دانشگاهی را به انتخابات پیوند نزنند.

۷- مدیر باید مودب و با محبت باشد و در عین حال کوشش کند تا در علائقش نسبت به افراد و نظرات خنثی باشد و حداکثر واقع بینی ممکن را رعایت کند. مثلاً تا می‌تواند از گفتن جمله‌های شما صلاحیت نداشت و یا نمی‌فهمید استفاده نکنند.

۴- گاهی در بحث، برخی دو به دو یا بین خودشان شروع به صحبت می‌کنند که مدیر باید این نکته را تذکر دهد و اجازه این کار را ندهد.

۵- در یک بحث موفق، لازم است تا جایی که امکان دارد بحث به اهداف از قبل پیش بینی شده، برسد تا شرکت کنندگان در پایان با رضایت خاطر و نه با

چرا نمی‌توانیم بحث کنیم؟

علاقه به بحث و گفت‌وگو از دوره نوجوانی شروع می‌شود؛ یعنی دورهای که اتفاقات بیرون از خودمان برپایان اهمیت پیدا می‌کند و شکل‌گیری تفکر منسجم و انتزاعی به کمک‌مان می‌آید. خیلی‌هایمان احتمالاً خاطراتی داریم از بحث‌های پرشور و خستگی‌ناپذیر دوره نوجوانی با دوست و معلم و اعضای خانواده؛ بحث‌هایی که به ما جهت داده‌اند، باورهایمان را به چالش کشیده‌اند و نظراتمان را پخته و کامل کرده‌اند و اصلاً هدف بحث همین است؛ همین که چیزی بهمان اضافه کند. همانطور که گفتیم؛ بحث، گفت‌وگو بین دو یا چند نفر است بر سر موضوعی خاص؛ نه جدل است که پای حق و ناحق وسط باشد؛ نه مسابقه است که برنده و بازنده داشته‌باشد و نه مناظره. بحث با همه فوایدی که از آن سراغ داریم، مخرب هم می‌تواند باشد؛ درگیری، کدورت و از بین رفتن علاقه و احترام بعضی از آسیب‌های بالقوه بحث است؛

آسیب‌هایی که بعضی‌هایمان تجربه‌اش کرده‌ایم و بعضی‌هایمان از ترس دچار شدن به آن‌ها، ترجیح می‌دهیم اصلاً با کسی وارد گفت‌وگو نشویم. اما واقعاً بحث به این ترسناکی هم نیست؛ فقط کافی است آفت‌هایش را بشناسیم.

پربدن وسط حرف دیگری

«ادامه نده می‌دونم چی می‌خوای بگی!»، این یکی از رایج‌ترین آفت‌های بحث بین آن‌هایی است که یکدیگر را می‌شناسند. یعنی «شناختنی» که اتفاقاً می‌تواند به تعامل و درک بهتر طرفین کمک کند، به ناراحتی و سوء تفاهم منجر می‌شود. این آفت نه

تنها در بحث، که دامن‌گیر روابطمان هم می‌شود. هر قدر هم که طرف مقابل را بشناسیم، اجازه نداریم قبل از تمام شدن حرفش، او را متوقف کنیم و نظرش را حدس بزنیم. اگر به این کار عادت دارید، برای هر یک از طرفین بحث، زمانی در نظر بگیرید و خودتان را مجبور کنید فقط در زمان تعیین‌شده صحبت کنید.

تعصب

گفتیم که بحث مسابقه نیست؛ یعنی قرار نیست حتماً طرف مقابل را مجبور به پذیرش باختش کنید؛ «اشتباه کردی! قبول کن! اعتراف کن!». در بحث برد و باخت نداریم، اما انصاف که داریم. اگر در جریان گفت‌وگو متوجه اشتباهات شدید یا از طرف مقابل نکته‌ای آموختید، متواضعانه اعتراف کنید. وقتی به مسئله‌ای که هر دو طرف قائل به اشتباه بودنش هستید اصرار می‌ورزید، همه انرژی‌تان را صرف اثبات آن می‌کنید و اعتماد طرف مقابل را هم از دست می‌دهید.

بی‌اخلاقی

همه در بحث برابر هستند. یعنی نه بزرگ تر صرفاً به‌خاطر بزرگ تر بودنش محق است و نه کوچک تر، نادان و بی‌تجربه. البته بعضی‌ها آن قدر به این اصل اهمیت می‌دهند که کلاً اخلاق را فراموش می‌کنند. درست است که سن، سواد، موقعیت و جایگاه قرار نیست در بحث تأثیرگذار باشد، اما لازم هم نیست بزرگ تر خانواده را به ار ادبیاتی که شده متوجه اشتباهش کرده؛ از یک خطای کوچک معلم

می‌شود گذشت کرد.

موضوع محور نبودن

موضوع بحث را همان ابتدا مشخص کنید و با طرف مقابل بر سر آن، به توافق برسید. از این شاخه به‌آن شاخه پریدن و اظهار نظر درباره مسائل مختلف، رمق و توان طرفین را می‌گیرد، بی آن‌که به نتیجه‌ای به‌دردیخور منجر شود. بماند که اصلاً خیلی‌هایمان در خیلی از موارد، لزوماً اطلاعات و تخصصی نداریم و بماند که بعضی‌هایمان بعد از ساعت‌ها گفت‌وگو متوجه می‌شویم اساساً درباره دو موضوع متفاوت سر و کله می‌زده‌ایم!

بی‌توجهی به زمان و مکان

لازم نیست تحت هر شرایطی و در هر زمان و مکانی به بحث کردن ادامه دهید. وقتی در جمعی موضوع مورد علاقه مشترکی وجود ندارد؛ وقتی هدف از خوبی‌های نامزد مورد علاقه تان و نقاط ضعف طرف دروهم جمع شدن صرفاً خوش‌گذرانی و تفریح است و وقتی طرف مقابل یا دیگران حاضر در جمع خسته شده‌اند، بحث را به زمان و مکان دیگری موکول کنید. صاحبخانه بنده خدا فردا می‌خواهد برود سر کار، آن وقت شما و باجناب گرامی هنوز دارید بحث سیاسی می‌کنید؟ استاد می‌خواهد درس بدهد اما شما وقت کلاس را می‌گیرید! کارهای نصف همکارانتان مانده، اما بلند بلند از سیاسی انجام ندهید. مقابلش می‌گویید! بعد هم که کسی با شما وارد بحث نمی‌شود فکر می‌کنید لابد تمام حرف‌های تان را قبول داشتند! نخیر، زمان و مکان مناسب را برای بحث انتخاب کنید تا نتیجه به نفع همه باشد.

۴ نکته طلایی در بحث کردن

دانشگاه بیشتر با حالت سوال با او وارد گفت وگو شوید. سوالات و ابهامات تان را بپرسید و نظرش را جویا شوید. (افرادی که با هم متفاوتند شاید بحث را چالشی تر کنند ولی انرژی بیشتری بدون گرفتن نتیجه صرف می‌کنند).

۲- محلی که در آن بحث انجام می‌گیرد هم مهم است. در جایی که بچه‌ها در حال بازی هستند و یا در تاکسی و اتوبوس که دو چهارراه دیگر پیاده خواهید شد بحث کردن مناسب نیست.

نکات کنکوری بحث انتخاباتی با همسر

طرفداری کنید اما سبزه جو و متعصب نباشید.	انتخابات تمام می‌شود اما همسران همیشه با شما می‌ماند.	به سلیقه همسر تان در انتخاب کاندیدی مورد نظر او احترام بگذارید.	به کاندیدی مورد نظر همسر تان توهین نکنید.	همسر یا پدر و مادری مهربان بودن بهتر از یک فعال سیاسی بودن در خانه است، پس بحث کنید اما دعوا راه نیندازید.	جمله‌های ناامید کننده مثل این جمله؛ «کاش با همسری از دواج می‌کردم که از نظر سیاسی تفاهم داشتیم» بر زبان نیارید.
--	---	---	---	--	---